

Taureau 1991

Dialogue entre Monique et Gilbert Le Capon

Le disciple, le quotidien en Christ. La vigilance, le silence.

Gilbert : L'union possible pour chaque homme de ce qu'il est, avec ce qu'il va devenir 'Christ sur Terre', enfant de Dieu sur Terre est à approfondir. L'union avant qu'elle ne soit réalisée fait apparaître deux phases, deux aspects dans l'homme :

- d'abord, il est conscient de lui en tant que personne humaine,
- et, il aspire à être plus, il aspire donc à l'union avec plus que lui,

Ce plus il le pressent, il l'appelle la Lumière du Monde, en lui et hors de lui.

Tout être humain s'éveillant aspire à s'unir à cette Lumière qu'il pressent, et il cherche les moyens d'aboutir à cette finalité qu'il pressent, l'état d'union ou l'état d'unité.

Ainsi, le Christ ou la valeur christique est aussi bien en dehors de l'homme, en tant que Christ Cosmique, qu'en l'homme en tant que Christ individuel, et la première union se fait en l'homme, sa conscience personnelle arrive à s'unifier avec Christ en lui. Mais, simultanément je perçois qu'il y a une union en Christ Cosmique et les deux mouvements n'en sont qu'un.

Par le Christ Cosmique, le Père Universel peut être connu ; uniquement par le Christ Cosmique, donc :

- dans une première étape, l'homme cherche la Lumière du Monde en lui, Christ en lui,
- Et, dans une deuxième étape qui est simultanée - mais on est obligé de la détailler dans le temps, parce que nous sommes dans le temps et l'espace -, quand l'homme a uni sa conscience personnelle avec Christ en lui, il va l'unir ensuite avec le Christ Cosmique, il va connaître le Père.

Ces mots traduisent une expérience de réalité, mais si l'on veut être très pratique et utile en parlant de ces choses - que chacun expérimente plus ou moins -, il nous faut revenir au premier pas, quand la conscience de l'homme tourne en rond dans son monde matériel, aspire à en sortir, c'est à dire dès cet instant où il pressent plus que ce qu'il n'est, et qu'il n'a qu'une envie, qu'un besoin, qu'un désir, c'est de s'unir à ce plus que lui-même, sans se perdre lui-même.

C'est un point important, la Lumière qu'il est en tant que conscience personnelle va s'unir à la Lumière du Monde en lui, sans se perdre, les deux lumières vont se fondre sans qu'il se perde, sans que la première Lumière ne se perde, c'est à dire que la conscience individuelle de l'individu s'élargit jusqu'à englober une conscience spirituelle christique, et c'est l'individu qui l'éprouve, les deux lumières se fondant en un.

Comment expliquer cette chose ?

Comment deux lumières qui se fondent en un arrivent, pourtant, à être l'une et l'autre ?

Monique : C'est une question étonnante, c'est toute la question de la dualité fondamentale :

- le petit, le minuscule, le point individualisé conscient,
- et, le tout, le cercle, la sphère, quelle que soit cette sphère.

Je crois qu'il n'y a même pas de problème, de question comment :

- l'un et l'autre,
 - le petit et le tout,
 - le point et la sphère,
- peuvent être conscient l'un de l'autre ?

C'est une réalité, cela existe de tout temps, cela a toujours existé.

Il y a toujours un point et une sphère, un point quelque part dans la sphère et la sphère totale. Chaque point, chaque sphère, a sa conscience - sa conscience individuelle, sa conscience de point, sa conscience de sphère - et en même temps la conscience de l'ensemble, qui sait que c'est un ensemble, que c'est un tout.

C'est pourquoi les deux sont un, toujours, c'est une réalité qui existe mais l'homme l'a oublié, c'est le seul problème.

Momentanément, l'homme incarné dans la matière concrète, dense, de la Terre, a oublié cette réalité et tout le processus de l'évolution sur la Terre consiste à la retrouver.

Alors, il y a bien sûr tous les enseignements qui aident celui qui cherche à retrouver cette réalité ; sans trop savoir ce que c'est, il cherche, il a soif, il cherche quelque chose de plus.

Il ne sait pas quoi, parce qu'il se sent incomplet, tant qu'il n'a pas retrouvé dans sa conscience cette réalité qu'il est à la fois lui-même : le point, et le cercle, et la sphère.

Tant qu'il n'a pas retrouvé, il a soif de quelque chose de plus, bien sûr, parce qu'il est incomplet, et des enseignements lui sont donnés, par ceux qui ont retrouvé cette réalité, qui la vivent.

Alors, ces enseignements lui sont présentés, et en lui, bien sûr, résonne dans sa conscience profonde - qui fait déjà partie de cette réalité -, la vérité de cette chose.

Il reconnaît que ces enseignements sont vrais, et le problème est là.

Dès l'instant où il commence à entendre un enseignement - venu d'un sage qui connaît déjà, qui vit la réalité -, quand il commence à percevoir et qu'il dit :

- oui, je sens que ça c'est vrai,
- Mais, je n'arrive pas à le vivre vraiment,

c'est qu'il est encore trop empêtré dans les difficultés du quotidien et qu'il se demande comment faire pour vraiment le vivre, lui, ce qu'il pressent pourtant qui est vrai.

En fait, c'est ça le problème.

C'est le problème de tous ceux qu'on peut connaître, celui qui a été aussi le nôtre - et qui pourrait le redevenir par moments -, parce que, quand on est dans le quotidien terrestre concret avec toutes ses difficultés, la vision de la réalité a l'air parfois de s'estomper.

Alors, on voudrait que la vision de cette réalité soit permanente, qu'elle soit toujours la même dans chaque chose, dans chaque difficulté du quotidien :

- celle de la mère de famille confrontée aux braillements de ses enfants,
- celui de quelqu'un, dans son bureau, dans son travail, face aux injustices de son patron, aux agressions de ses collègues, ou à la mauvaise foi,

On voudrait que cette réalité que l'on a vue, connue, et perçue dans le plus haut de la conscience, dans les moments le plus élevé ou en résonance avec l'enseignement qui a été présenté par quelqu'un d'autre, on voudrait ne pas en sortir, on voudrait que cela imprègne totalement et définitivement le quotidien, la réalité de chaque instant.

Bien sûr qu'on le veut, mais il faut y travailler parce que je pense que c'est justement pour cela qu'on est venu. Alors, si on est venu pour faire en sorte que cette vision vraie, connue, expérimentée soit pleinement et totalement matérialisée, concrétisée, dans toute chose de la vie, si on est venu pour le faire, eh bien justement c'est parce que c'est à faire !

C'est à réaliser pleinement, c'est tout le travail, c'est tout le motif de l'incarnation, du Fils de Dieu que l'on est dans la matière.

En fait, il n'y a pas de problème, seulement l'aspirant dès qu'il commence à prendre conscience de cette vision, voudrait que :

- ce soit tout de suite, ici et maintenant, parfait,
- cette vision qu'il a eue, soit accomplie,
- tout soit terminé.

C'est une erreur, la seule erreur elle est là !

L'aspirant en général, au départ, ne veut pas accepter ce processus du temps.

Il ne veut pas accepter qu'il y a de la difficulté, qu'il y a un immense travail à faire et que cet immense travail - parce qu'on veut toujours chercher le pratique pour manifester cette vision sur la Terre -, il faut le manifester tout simplement d'abord en soi et dans sa sphère.

L'aspirant et chaque disciple, chacun de nous, a un immense travail, immédiat, ici et maintenant à réaliser dans sa matière, dans tout ce qui fait sa matière.

La vision de cet idéal, de cette vérité, de cette union intérieure, doit se manifester :

- dans mon mental en plénitude,
- dans mon affectif en plénitude,
- dans ma vie physique en plénitude,
- dans la totalité de ce que je suis en plénitude.

Cela implique un travail, de la discipline, un effort permanent, et le seul moyen de commencer à faire le juste effort c'est d'accepter que ce soit un processus de longue durée, dans le temps.

Accepter le travail, cela ne peut être fait du jour au lendemain.

On pourrait revenir à la question de l'utilité posée par tous les étudiants.

On voit tellement quelque chose de grand, de beau, de vrai, que cela semble tellement loin de nous, mais pourtant c'est là puisqu'on le voit, et on voudrait vraiment être utile dans ce qu'on voit.

Eh bien ! la seule clé pourrait-on dire, consiste dans le fait que l'utilité que l'on veut avoir ici et maintenant pour réaliser cette vision, c'est d'accepter :

- d'avoir à faire ' un tout petit quelque chose ',
- d'essayer dans chaque chose que l'on fait, d'être pleinement soi-même.

Il n'y a pas de problème si je m'applique à vivre en union chaque instant du temps, si j'accepte ' ce tout petit ' ; les problèmes viennent de ce que les aspirants n'acceptent pas ' le tout petit ' qu'ils sont. Ils voudraient quelque chose de plus, mais ce quelque chose de plus n'a des chances d'apparaître dans ma vie qu'à condition que j'accepte, tout de suite :

- d'être le tout petit que je suis, parce que dans le tout petit que je suis il y a le plus grand,
- et, d'accepter l'immédiat, d'accepter le maintenant, d'accepter les circonstances.

Gilbert : Ce n'est donc pas le volume ou la grandeur des choses qui compte, c'est l'esprit avec lequel on fait les choses. Le plus difficile, ça a été de trouver cette conscience causale, cette conscience christique, cette conscience intérieure et vaste, sans dimension, mais lorsqu'elle est trouvée on se reporte au monde que nous sommes avec la dimension qu'il a.

Le plus difficile était donc de trouver ce contact, cette union causale, christique.

Quand c'est fait, l'action effectuée dans le monde n'est plus considérée dans ses dimensions, dans son gabarit, mais dans sa qualité ; ce que l'on fait n'est plus considéré dans le quantitatif mais dans le qualitatif, et la dimension de ce qu'on a fait dans le monde ne compte pas.

Il n'y a qualité qu'à l'unique condition que l'union ne soit pas rompue, c'est à dire que nous agissons cette fois-ci du centre causal à la périphérie active dans le monde qu'on peut et qu'on est. Celui qui a découvert ce point central - cette conscience christique, cette conscience causale en lui, celui qui l'a découvert une fois par rapport à un acte, à une entreprise dans le monde -, a trouvé le joint, la liaison, le chemin, le sentier. Il a trouvé le sentier et il se rend compte à ce moment là, l'ayant vraiment découvert ' qu'il est le sentier lui-même '.

On est le sentier à partir du moment où, installé en conscience dans le point central, on irradie par ce sentier vers l'extérieur, pour l'action, et on s'aperçoit qu'on ne marche pas sur un sentier mais que l'on est le sentier, ça c'est la première découverte.

A ce moment là, et seulement à partir de ce moment là, le quantitatif, le périphérique, l'action dans le monde ira croissant, sans que jamais ne soit rompu ce sentier que nous avons découvert en tant 'qu'étant nous-mêmes '. C'est donc la première expérience et la plus extraordinaire à faire, c'est l'union réalisée indépendamment du quantitatif à partir duquel on est parti.

Monique : Oui, c'est donc bien la qualité qui compte, ce n'est même pas ce qu'on fait, c'est vraiment la qualité que l'on y met.

On parle toujours du retour du Christ sur la Terre qui ne pourra se faire bien entendu que par la reconnaissance du Christ à l'intérieur de chacun, cela ne peut se faire que par la qualité que chacun apporte à sa vie.

On pourrait faire n'importe quoi, l'activité que l'on exerce est sans importance pour le Christ :

- que l'on courre à droite ou à gauche,
- qu'on écrive, que l'on peigne,
- que l'on fasse un gâteau,
- qu'on lave un bébé,

Peu importe, le Christ s'en moque, ça n'a aucune importance.

Ce qui compte c'est la qualité du geste, de l'acte, c'est la plénitude de la conscience et de l'amour que l'on a pour ce que l'on fait.

Cela peut être une besogne triviale, cela pourrait être ramasser les poubelles si c'est utile, mais l'essentiel si je ramasse une poubelle c'est qu'en la ramassant je le fasse proprement, je le fasse bien et que je le fasse avec amour parce que c'est utile.

Si je suis mère de famille et que je lave un bébé, ou que j'amène un enfant à l'école et qu'il crie, qu'il rouspète, c'est la qualité du cœur que je vais avoir dans ce geste qui est importante, c'est en m'entraînant à cette difficile patience et compréhension que je vais permettre à Christ de toucher Terre.

Ce n'est pas en faisant éventuellement de grands discours, en répétant un enseignement intellectuel, ou en faisant croire je ne sais quoi, que je vais faire venir Christ. ; s'il n'y a pas de qualité d'âme dans ce discours, si je ne suis pas dedans, alors il sera nuisible ou stupide, le discours ne sera utile, que si dans mon cœur et dans ma vie il y a la qualité.

Christ touche Terre par la qualité de l'être, par la qualité de l'intérieur de chacun de nous, c'est pourquoi quand les étudiants se posent la question :

Comment faire pour être plus utile ?

Nous leur disons toujours, et nous leur répétons ce que nous nous disons à nous-mêmes, ce qui compte, c'est toujours la qualité que vous avez dans votre cœur quand vous faites quoi que ce soit de votre vie, même les tâches les plus humbles.

D'ailleurs, c'est amusant parce qu'on le répète souvent, pourquoi ?

Parce qu'on se le répète nous-mêmes à tout instant du temps, Christ a toujours dit :

'' Sois fidèle dans les petites choses ''.

Alors, on pourrait dire que la qualité fondamentale c'est la fidélité.

Mais, la fidélité à quoi ?

A la présence du Christ, et nous rappellerons encore une fois cette merveilleuse parole de Frère Laurent de la Résurrection qui nous montre aussi le chemin :

' Il faisait venir Christ en faisant une omelette '.

Pourquoi pas, rien n'est à dédaigner.

On demande aussi, quel est mon dharma, quelle est ma mission sur cette Terre ?

Ta mission c'est ce qui est devant toi, maintenant.

Qu'est-ce que la vie met devant toi, comme tâche, comme travail ?

C'est là où tu es, c'est ce que tu fais, c'est ton foyer, c'est ta famille ou c'est ton bureau.

C'est ça et c'est cette vie là, toute simple, qu'il est important de vivre dans la qualité de Christ, elle est à l'intérieur de nous, chacun peut l'entendre, la voir, la connaître et la faire grandir ; elle grandira si je m'applique à bien vivre chaque instant du temps.

Ce n'est pas rien, c'est du boulot, c'est un immense travail !

Gilbert : S'appliquer à le vivre c'est le connaître, et le connaissant donc effectivement, on s'applique à le vivre ; les actes, le quantitatif, nos créations iront en augmentant de volume.

A ce moment là, on s'apercevra qu'on change de place, qu'on a un nouveau pouvoir, qu'on accède à de nouvelles sphères, de plus en plus hautes et de plus en plus vibrantes.

L'essentiel, évidemment, c'était d'être dans l'état d'union à partir de la première sphère ou du premier monde qui nous est donné, quel qu'il soit, et quoi que nous fassions.

Au début, c'est vrai que l'on s'éveille dans un monde quelconque et que l'on est identifié à ce monde. Pour trouver ce que nous devons trouver, c'est à dire Christ en nous - à partir duquel, ultérieurement, nous allons agir dans le monde à partir de cette première sphère -, nous allons devoir entamer toute une série de désidentifications, marcher sur un sentier jusqu'à atteindre le point christique, et c'est là seulement que ' nous serons le sentier ', car c'est ça la découverte du Christ, mais alors ce n'est pas fini, parce que c'est à partir de ce point central christique que tout commence. Nous allons nous retourner vers le monde, notre monde, à commencer par celui qui nous a fait découvrir Christ, notre première sphère et c'est là qu'en agissant du centre vers la périphérie nous allons grandir dans le quantitatif, à partir de cette valeur immuable, trouvée une fois pour toute : Christ en nous.

A ce moment là, on ne dit plus : ''Christ en nous espérance de la gloire.''

On ne dit plus cela, parce que, quand on a Christ en soi il n'y a plus d'espérance de la gloire, c'est la gloire dans l'acte quotidien le plus simple, le plus prosaïque, le plus ténu ; la gloire pour celui qui agit ainsi.

Ceux de l'extérieur qui le regardent dans son acte ténu et insignifiant ne savent pas, et pourtant quand un acte, quand une création quelconque est faite, est projetée, est manifestée, à partir de cet état central christique, c'est toujours beau, c'est toujours bon, c'est toujours vrai, et l'omelette dont tu parlais tout à l'heure devait être succulente.

Monique : C'est ça le secret de la joie ; quand la joie nous échappe éventuellement, quelque peu, c'est tout simplement parce qu'on a oublié cette petite chose qui consiste à accepter le présent tel qu'il est, et de le remplir de Christ.

Autre chose me vient à l'esprit, on parlait au départ de cette dualité, mais on est toujours dans cette conscience de dualité, du fait que :

- Christ est la perfection en notre vie quotidienne,
- alors que cette vie quotidienne est l'imperfection elle-même.

“ Vivre bien cette dualité ” est donc quelque chose, aussi, que peut se dire chaque étudiant.

On me dit bien de vivre dans mon présent, dans mon quotidien, si petit soit-il.

Je vais essayer, mais alors qu'est-ce que ça veut dire de faire ce genre de méditation qui veut s'occuper de la planète tout entière ?

Cela semble incompatible, ça à l'air démesuré.

Mais, justement non, parce que cette dualité fondamentale est en même temps l'union.

Il n'y a pas d'union sans dualité, mais l'union est alors accomplie dans la conscience de la dualité qui est devenue une harmonie ; c'est donc l'union au sein de cette dualité.

L'important, c'est de voir que c'est justement parce que je traite et j'accepte mon quotidien, humble, déroutant, difficile, exactement comme la Terre tout entière est déroutante, difficile, que ces deux grandes réalités se rejoignent.

Dans la mesure où moi je fais, je cherche à faire dans mon quotidien, ce que j'ai à faire, par-là même je prends la possibilité et le pouvoir de penser à la planète tout entière.

Ainsi, je contribue - je dis bien 'contribue', parce que ce n'est pas moi toute seule qui vais faire quelque chose pour la planète tout entière, ça se serait une prétention, un mirage, une illusion -, mais c'est parce que je sais que par ma propre plénitude et parce que j'assume mon quotidien, je peux pleinement, totalement, me sentir en union avec toute l'humanité qui s'efforce. A ce moment là, je sens, je vois, et je reconnais que tous ensemble nous portons la planète toute entière vers un nouvel ordre mondial.

C'est ça la méditation occulte, c'est ça faire un service mondial par la méditation, parce qu'on est en union avec le monde entier et que c'est une réalité, ce n'est pas un rêve, une utopie, quelque chose qui est écrit quelque part, c'est une réalité et je reconnais pleinement cette réalité dès l'instant où moi j'assume mon quotidien, c'est très drôle, c'est très curieux, mais c'est pourtant ça.

C'est cette conscience là que la méditation nous entraîne à cultiver pleinement.

Alors, cela donne force, cela donne pouvoir à toute chose, à la fois du quotidien, et cela donne pouvoir à cette union mondiale, à cette réalité mondiale qui fait que, automatiquement le bien, le beau, et le vrai triompheront partout sur cette planète. Si je les fais triompher dans ma vie, je participe pleinement à les faire triompher sur la planète.

C'est pourquoi, il est dit que :

- l'action du disciple, la vie du disciple est double,
- son action est toujours double.

Parce qu'il y a l'action micro cosmique de sa vie, qu'il traite, qu'il remplit de la qualité fondamentale de son être, de sa vie christique.

Et, il y a l'action macro cosmique, c'est à dire la participation consciente à la méditation et au vouloir sur la planète. Nous ne nous occupons que de la planète, bien sûr, mais c'est déjà un vouloir, une intention, un dessein cosmique.

Le disciple fait les deux et il participe aux deux, il travaille aux deux en plénitude et totalement, à partir justement de cette conscience qu'il est, lui, le lien entre le grand tout et le petit, entre le Ciel et la Terre, si l'on veut, symboliquement parlant, mais le symbole est toujours réel, il est toujours vrai et il révèle toujours la réalité.

Gilbert : Au fur et à mesure que l'individu se coordonne en lui-même, il se coordonne avec le monde plus grand auquel il appartient, c'est un mouvement double et unifié. Plus je m'intègre individuellement, pour moi, et plus je m'intègre au plus grand tout auquel j'appartiens. C'est le même mouvement, c'est le même acte et ça se fait tout seul, de sorte que le mot d'ordre ou le conseil que l'on peut donner - y compris à soi-même -, c'est : " Intégration ".

Le mot 'intégration ' explique beaucoup de choses, mais ce n'est qu'un mot.

Que veut-il dire ?

D'abord, ça veut dire que des éléments épars ont besoin d'être cohérés, rassemblés, unifiés, dans un mouvement unitif , bien sûr .

Donc, avant d'être intégré tout être humain est :

- je ne dis pas , désintégré ,
- mais, il est éparpillé ,

C'est bien ce que nous observons chez un être humain au début de son sentier ; il est tout éparpillé , et il a besoin de s'intégrer lui-même dès qu'il constate qu'il est éparpillé .

La première des choses à faire c'est de constater son éparpillement .

Je n'arriverai jamais à m'intégrer si je ne suis pas conscient de cet éparpillement .

Mais, qu'est-ce que ça veut dire être éparpillé ?

C'est ne pas être unifié , coordonné dans nos pouvoirs :

- mon pouvoir physique va d'un côté,
- mon pouvoir émotionnel , ma sensibilité va de l'autre ,
- et, ma pensée va ailleurs .

Donc, l'intégration c'est la coordination , c'est à dire l'unification des trois en un .

Ça veut dire quoi ?

Cela signifie que quoi que je fasse physiquement , je le ressens émotionnellement et je l'ai voulu mentalement .

Si je prends n'importe lequel de ces trois aspects , il est en liaison avec les deux autres , il est en liaison coordonnée, unifiée , c'est donc un fonctionnement trinitaire unifié

L'intégration , c'est l'acte unitif qui est à la fois intelligent, sensible , et actif .

Pour faire cet effort d'intégration il faut prendre conscience sur le fait, sur le vif, qu'on est éparpillé , il y a donc une attention que l'être doit porter à lui-même , une vigilance dans l'instant présent qui est le point de départ de tout yoga .

On devrait dire à tous ceux qui veulent faire du yoga , c'est à dire à tous ceux qui cherchent l'union :

- commencez par faire attention à ce que vous faites , au moment même où vous le faites,
- soyez présent , d'instant en instant, vis à vis de vous-même , et vous constaterez ce qui se passe , et vous y remédieriez .

Donc, le meilleur des conseils à donner c'est : ' Vigilance constante' et rectification car il ne suffit pas d'être vigilant sans rectifier ce qui est à rectifier .

La vigilance nous rend conscient du spectateur que sommes , et les rectifications, de l'acteur et du créateur que nous sommes aussi.

A cet instant nous sommes entier, et quand on est entier on fait l'expérience de Christ .

Si l'on fait l'expérience de Christ une fois il n'y aura plus après qu' à la faire s'entretenir , durer, et toujours par la même technique qui s'appelle : vigilance .

Monique : La vigilance c'est être attentif , pour être attentif il faut nécessairement que je prête l'oreille , que j'écoute , c'est à dire que je sois disponible et à l'écoute de la nécessité , de la vie qui est devant moi .

Alors , il y a une clé supplémentaire, une méditation formidable , une invocation qui est en rapport avec ce qui vient d'être indiqué :

“ Je choisis la voie de l'intégration , donc je demande le sceau du silence “ .

Curieusement dans cette phrase on retrouve tout le symbole de notre propos, de tout notre travail, parce que le sceau du silence cela pourrait bien être justement ce “ pentagramme sacré “ que devient l'homme , il devient un sceau , ‘un sceau de silence ’, quand tout est en résonance avec Dieu , avec le verbe , c'est ça le vrai silence.

Le vrai silence ce n'est pas le vide mental, c'est la résonance, c'est le son , c'est le verbe qui irradie dans la vie, dans l'acte sur la Terre , dans l'homme .

Je ne peux atteindre le silence que dans la mesure de ma disponibilité , de mon attention , de mon écoute au vrai besoin du moment .

Cela revient à dire ‘ combien je suis à l'écoute ‘ ou à l'attention pour bien reconnaître quelle est ma tâche immédiate , cela confère en moi le silence , parce que je regarde bien , j'écoute bien, et je cherche à faire pleinement ce qu'il faut , c'est cela qui donne le silence , et alors cela donne la vigilance, l'attention , l'écoute.

Tout le problème de l'aspirant qui commence , du disciple , c'est de parvenir à ce silence , à cette totale disponibilité de soi .

Le silence , comme on dit, ce n'est pas , vraiment pas, de ‘ chercher à faire un vide coercitif ‘ par quelque technique que ce soit ; ça c'est affreux parce qu'on va engendrer ensuite un bruit de tonnerre . Il s'agit simplement d'être vraiment attentif à la nécessité immédiate et de ne pas chercher midi à quatorze heure !

A partir du moment où le vrai silence est atteint , le verbe va résonner en moi , il va remplir mon attention , et c'est à partir de là seulement que le verbe qui résonne en moi va ouvrir d'autres portes pour me faire reconnaître d'autres nécessités, d'autres tâches , que je pourrai éventuellement remplir .

Mais, ce n'est pas moi personnellement qui vais les accomplir , c'est ma totalité , c'est Christ que je suis devenu , dont je suis devenu un point vivant, conscient, et pleinement participant, c'est cela qui va remplir la nécessité quelle qu'elle soit .

Alors, tout est là , et la clé est là .

Je pense que comme prière , comme invocation quotidienne , méditer chaque jour :

“ je choisis la voie de l'intégration , donc je demande le sceau du silence “

en vérité , cela doit faire découvrir des possibilités, apporter des forces dans la conscience de celui qui médite comme ça .

Gilbert : Le vigilant en nous c'est le veilleur , c'est le guetteur , c'est le silencieux , c'est le ‘veilleur - silencieux ‘.

Mais, il veille quoi ?

Il veille tous les périphériques , tous les mouvements, toutes les pensées , toutes les sensations, tous les actes .

Pour faire cela on s'installe d'un coup dans le veilleur qui est un aspect de Christ , un aspect du Maître en nous .

Je disais tout à l'heure que nous devons veiller pour voir les choses et pour les corriger ou les rectifier ou les harmoniser , c'est vrai , seul le veilleur peut faire ça , seul ce principe de silence , ce sceau de silence a le pouvoir d'intégrer mes éléments dispersés .

Mais, cette aptitude que chacun peut avoir de s'installer en esprit et en vérité dans ce point central de silence, cette aptitude ne peut s'acquérir - ou ne peut plutôt 'se retrouver' parce qu'elle existe potentiellement -, qu'à condition que l'on cesse de s'accrocher indûment à toute chose ; s'accrocher cela veut dire s'identifier .

Il faut sortir de nos identifications de manière à trouver celui que nous sommes en réalité , le veilleur silencieux , en un mot le Maître qui existe en chacun de nous .

Le Maître ce n'est pas un autre qui est à l'extérieur , il est à l'intérieur de nous , c'est Christ en nous , c'est l'âme en nous , et nous pouvons le trouver dans la mesure où nous lâchons ce qui n'est pas lui .

Cette découverte du soi par rapport au non soi est certainement encore un des premiers pas à faire , mais n'oublions pas qu'en yoga le premier pas porte en soi la finalité .

Ce premier pas bien réussi c'est un alpha qui est aussi un oméga , parce que le yoga réussi comporte en lui sa finalité, sa réussite , le yoga réussi c'est la finalité .

On commence avec les moyens de la fin ; réfléchissons .

Monique : Alors, le réflexe important à cultiver pour arriver à demeurer dans cet état de liberté intérieure, de silence intérieur, de disponibilité intérieure, c'est justement d'apprendre constamment à lâcher prise, de vouloir se l'imposer , parce qu'au début c'est une discipline , c'est un effort , c'est un travail .

On ne peut pas être disciple s'il n'y a pas de discipline , s'il n'y a pas d'efforts .

L'effort est permanent, il ne faut pas s'imaginer que ça va venir tout seul et que c'est en restant dans la béatitude - à écouter quelqu'un qui parle ici ou là, ou en attendant que quelqu'un nous le porte sur un plateau -, non , ça c'est tout faux , il faut le balayer .

Il faut vraiment que chacun prenne conscience qu'il a une discipline permanente et personnelle à faire , d'instant en instant .

Les autres, autour de nous - tous ceux qui peuvent être un guide à l'extérieur-, ne pourront jamais remplacer la permanence intérieure , la volonté intérieure, de suivre son propre guide intérieur qui est sa conscience profonde.

Les guides extérieurs peuvent fortifier par des mots ,par des paroles , par des écrits , mais c'est tout ce qu'ils peuvent faire .

Alors, le réflexe à cultiver en permanence c'est l'effort permanent , tout au long de la vie, car chaque jour sur Terre, à chaque instant, quelque chose nous vient dessus qui suscite en nous :

- une réaction ,
- ou une émotion ,
- ou un désir,
- ou une contrariété ,
- ou un bonheur personnel ,

et à chaque instant il faut le lâcher , je ne dis pas le refuser , au contraire il faut le prendre , l'accepter justement , l'intégrer en le lâchant .

C'est comme si ' j'avais des ailes et les soulevais' et je laisse toutes choses entrer en moi , mais elles passent, elle ne restent pas , ça traverse , voilà ...

La contrariété traverse ...

Les imperfections qui sont les mouvements de ma matière me touchent et traversent ...

Et , je lâche prise , pourquoi ?

Parce que je sais que rien de tout cela ne m'appartient , ne m'intéresse , ce n'est pas ça qui compte , ce qui compte c'est que moi je demeure dans " la qualité " .

Alors , cette qualité c'est quoi ?

Cette qualité christique fondamentale c'est quoi ?

Je crois qu'on pourrait la résumer par un mot , le mot veilleur est dedans : " bienveillance "

Parce que le veilleur est " bienveillant " .